

UPPTÄCK NATUREN I STOCKHOLMS LÄN!

13 NOVEMBER – 11 DECEMBER 2016

WWW.UTINATUREN.NU

SÖNDAG 13 NOVEMBER ❖ **Norra Djurgården**

Universitetsområde, experimental-fält, jaktpark och gamla klostermarker... det är stor variation på hur norra Djurgården nyttjats över seklen.

Följ med Anna Petri på en tur över gräset, in i skogen, ut i hagarna och genom såväl natur- som kulturhistoria i denna del av världens första Nationalstads-park.

Samling kl 11.00 tunnelbane-station Universitetet.
Ca 4 km, 3 timmar

MÅNDAG 14 NOVEMBER ❖ **Hitta lugnet i naturen efter jobbet**

En måndagkväll i Tyrestaskogen med fokus på fokus. Under kvällen får du prova på hur du kan använda medveten närvaro i naturen för att hitta balansen och minska stress.

Sätt på dig dina varmaste kläder och följ med Bosse Rosén på en stilla vandring i skenet från fotogenlyktor där vi fokuserar både inåt och utåt.

Med lite "tur" kan det regna och blåsa. Eller så blir det en stilla kväll med månljus. Det blir som det blir.

OBS begränsat deltagarantal föransökan krävs.

Samling 17.30 på plats du får veta när du anmäler dig på <http://bit.ly/2drOnxG>

Ca 2 km, 2 timmar
I samarbete med
Balansverkstan
Ingen avgift

SÖNDAG 20 NOVEMBER ♦ **Varg i Nackareservaten**

Gör en senhöstvandring genom ett sörländskt sprickdals-landskap som rymmer såväl golfhål som bäverhyddor och varggrottor. Är golfbanor kanske sättet att hålla landskapet öppet när korna försvunnit från staden marker? Och hur nära Stockholm finns varg idag och vilken betydelse hade Gustav III för vargskräcken i 1800-talets Sverige?

Ronny Fors leder turen och berättar om naturen, om reservatets historia och om dess stora sociala och ekologiska värden. Vi går både i lite besvärlig terräng och på lätta stigar så ta rejäla skor/kängor/stövlar och kläder efter väder.

Samling kl 10.00 vid tunnelbanestation Björkhagen, avslut vid Skarpnäcks tunnelbana.
Ca 8 km, 4 timmar

SÖNDAG 27 NOVEMBER ❖ **Kyrksjölöten**

Första advent guidar Margareta Lysell bland granar och kala lövträd runt den lilla Kyrksjön mitt bland Brommas villaträdgårdar.

Ett fint litet naturreservat med riksintressanta spår från istiden, lämningar från järnåldern och ett landskap ännu präglat av det gamla bondesamhället. Ordet löt är t ex ett gammalt ord för sank eller sidlänt äng eller betesmark, gärna utmed något vatten.
Samling kl 11.00 vid T-bana Åkeshov, uppgång Åkeshovshallen.
Ca 4 km, 3 timmar

SÖNDAG 4 DECEMBER ♦ **Norra Järvafältet**

Vandra med Peder Curman från Jakobsberg till Häggvik genom ett omväxlande skogs- och kulturlandskap. Bebyggt sedan minst 500 f Kr av människor med kreatur på skogen, som slåttrade på sankmarkerna och bedrev åkerbruk på de bördiga sedimentjordarna ända fram till 1900-talets början.

Då tog militären över och gjorde allt till ett övningsfält och området förblev därmed oexploaterat av större bebyggelse.

Samling kl 11.00 vid Jakobsbergs station (utanför spårrarna). Avslut vid Häggviks pendeltågsstation.

Ca 9 km, 5 timmar

TISDAG 6 DECEMBER ❖ **Gudö å till Nyfors**

Martina Kiibus leder denna lättvandrade naturguidning som även passar dig med barnvagn eller permobil.

Start vid Gudö å förbi tvätt-ladorna ner längs Långsjöns södra strand till Tyrestaskogen och Gammelströms porlande vatten och slipade hållar. Och en bäverhydda.

Samling kl 10.00 vid Modevillan i Gudö, busshpl Gudö (buss 807* från Gullmarsplan kl 9.33), avslut busshållplats Nyfors (buss 873).

Ca 5 km, 3,5 timmar
Ingen avgift

SÖNDAG 11 DECEMBER ❖ **Långholmen**

Lucianatten räknades förr som årets längsta natt enligt den julianska kalendern. En farlig natt då övernaturliga makter drev sitt spel och djuren kunde tala. På straffångarnas gamla ö häckar alltjämt kattugglan och här finns valkasken. Vi lovar inga talande djur men Malin Jonell hjälper till med att tolka naturens språk till modern svenska.

Samling kl 13.00 vid Suckarnas bro (Långholmsbron).

Ca 2 timmar ingen fikapaus

Storstockholms naturguider

www.utinaturen.nu



Naturskyddsföreningen Stockholms län

Att delta kostar (om inte annat anges) 100 kr, 80 kr för medlem i Naturskyddsföreningen och under 18 år fritt.

Våra guider är universitets- utbildade biogeovetare, biologer eller motsvarande, och auktoriserade av Stockholm Visitors Board. Vandringarna genomförs i alla väder – ingen föransökan behövs.

Ta med matsäck/fika för turerna över 2 timmar och tänk på att ha ordentligt varma kläder om det är minusgrader.

*) Kan ändras. Kontrollera tiden med SLs trafik-information: <http://sl.se/>

Kontaktperson:
Maria Bergström
070-638 0712
mejl: maria.bergstrom@naturskyddsforeningen.se

Nu aktuella guidningar genomförs i samarbete med Balansverkstan, Tyresö kommun, Länsstyrelsen i Stockholms län och Studieförbundet.

Studieförbundet

Fler tips och aktuell information på:

www.utinaturen.nu

Foto: Maria Bergström

- ❖ lättgången tur i lugnt tempo
- ❖ terränggående, snabbare tur
- ♦ mer krävande tur